

STILLE TAGE IN OTTENSTEIN

Stress: Hemmung oder Hilfe Workshop zur Emotionalen Entwicklung 29. September - 01. Oktober 2017

Die Weisheit des Körpers erfahren

- *Ziel:* Achtsamkeit für innere seelische und körperliche Verarbeitungsprozesse. Integration vermiedener, versäumter, verdrängter Gefühle und Emotionen. Einwirkung auf das Limbische System. Hinwendung zu dem, „was ist“. Stärkung der Selbstwirksamkeit für Persönlichkeitsentwicklung und Lebensfreude.
- *Methoden:* Gruppenarbeit unter Einbezug körperorientierter, erlebnisaktivierender Techniken sowie Aufstellungsarbeit und systemische Interventionen auf Basis der Personzentrierten Psychotherapie (Achtsamkeit, Dankbarkeit und Mitgefühl) .

Leitung und nähere Auskünfte: Christa Gutmann,
Dipl. Ehe-, Familien- und Lebensberaterin
Klientenzentrierte, auch systemisch arbeitende Psychotherapeutin (KP, SF)
Lehrtherapeutin, Supervisorin und Mediatorin (eingetragen)
Bei Erstanmeldung Vorgespräch zum näheren Kennenlernen erbeten.
www.c-gutmann.at, christa.gutmann@aon.at oder
Tel. 02272-67525 ABW (für Rückruf bitte Tel.-Nr. angeben).

Zeit: Freitag, 29.09.2017, 11 Uhr, (Ankommen, Beginn 14 Uhr) bis Sonntag, 01.10. 2017, 13 Uhr (21 Einheiten)

Ort: Hotel Restaurant Ottenstein, Peygarten/Ottenstein 60, 3532 Rastendorf
Telefon: 02826/251 Fax: 02826/251-14614
E-Mail: rezeption@hotelottenstein.at Internet: <http://www.hotelottenstein.at>

Kosten: € 150, Ermäßigung möglich. Aufenthalt u. Verpflegung extra

Anmeldung: Bei Elisabeth Reiß-Heidenreich, Tel. 0676 - 96 43 656;
E-Mail: e.reiss-heidenreich@aon.at

Anrechenbarkeit: Selbsterfahrung für Lebens- und Sozialberatung und Psychotherapeutisches Propädeutikum, Supervision, Fortbildung gemäß Gewerbeordnung für Beratungstätigkeit, für ausgebildete PsychotherapeutInnen: Fortbildung in Gruppenpsychotherapie (KP,SF) . Bestätigungen werden nach dem Workshop in der erforderlichen Form ausgestellt.